

## 児童虐待防止コラム

～子どもへの虐待防止に向けて私たちができること～



### ■R5年4月号



今月号のコラムでは矢掛町立図書館で借りることができるオススメの1冊をご紹介します。

喜多明人さん監修の

「子どもへのハラスメント 正しく知って、人権を守ろう！」です。

この本には、子どもへの虐待についてだけでなく、子どもの人権や、家庭や学校等で起こりやすいハラスメント等について分かりやすく紹介されています。イラストが多く、漢字にも全て読み仮名が振ってあるので、とても読みやすいです。また、具体例を通して普段の自分の考え方や行動を振り返ることができる1冊になっています。

大人だけでなく、小学校中学年頃から読めるので、家族みんなで読んでみませんか？



### ■R5年5月号

今回のコラムでは、「子どもの幸せを考える。」です。コラム内で“虐待は良くない”ということ度を度々お伝えしていますが、では逆にどうすれば子どもが幸せでいれるのか？ということにも触れたいと思います。

まずは、子どもと関わる大人（保護者・支援者・地域の人）が、「**ゆとりをもって、自分自身の人生を楽しんでいる事**」だと思えます。大人の楽しそうな姿をみると、子どもも「自分も楽しもう！頑張ろう！」と思えます。小さなワクワク感が子どもにも伝わり、それを感じられる事で、幸福感にも繋がります。

毎日、仕事や育児に追われているとどうしても心の余裕が無くなってしまいかもかもしれません。そんな時こそ楽しい予定を立ててみませんか？

### ■R5年6月号

子どもと関わっていると、どうしても注意や指摘をしなければならないことが多くあると思います。そんな時あなたはどのようにしているでしょうか？ついつい口うるさく怒っていませんか？今月号のコラムでは、「叱る」と「怒る」の違いについて解説します。

言葉の違いを一言で言うと、



「叱る」⇒良くない事（行動）を子どもが分かるよう伝え、子どもを正すこと  
「怒る」⇒良くない事（行動）を大人の都合、大人の感情のまま伝えること です。

「叱る」という行為には、子どもに対してもっと良くなって欲しい！という気持ちが、叱る側にあります。つまり、**主役は子ども**です。反対に「怒る」という行為には、大人がイライラしている、思い通りに進まないから感情的になる。といった意味合いを持っていることから、**大人が主役**になっているのです。よく似た言葉ですが、**意味合いが全く違うことがポイント**です。

イライラしてしまったら、今自分はどちらかな？と振り返ってみると少し落ち着けるかもしれません。来月号のコラムでは、「叱る」に焦点を充てたオススメの一冊をご紹介します！



## ■R5年7月号

先月号のコラムで、「怒る」と「叱る」ということについて触れましたが、今月号ではその内容に関連した書籍をご紹介します。

臨床心理士・公認心理士として活躍されている、村中直人さん著の「**<叱る依存>がとまらない**」という本です。本のタイトルだけで思わずハッとしてしまう人もいるのではないのでしょうか。



本の中では「叱ること」について、精神論で語らず、脳神経学や心理学的な視点から、分かりやすく説明されています。また、「叱る」だけでなく「叱られる」ことについての仕組みについても紹介されています。

子育てをしている人や子どもと関わる人たちが感じる「じゃあ、どうすれば対処できるの？」への道を開いてくれる1冊です。矢掛町立図書館で借りることができるので、気になる方はぜひ読んでみてください！



## ■R4年8月号

今月号のコラムでは、「**発達障害との関連性**」について少し触れたいと思います。



厚生労働省によると、**発達障害を持っている子で、虐待を受けている子どもの割合は、障害を持たない子に比べかなり大きい**と発表されています。理由は様々ですが、発達障害のある子どもの「育てにくさ」により保護者がストレスを溜めたり、不安を抱えていたり、子育ての大変さを周囲に分かってもらえない事等、様々な理由が考えられます。

発達障害を持つ子どもたちは、人とやりとりが苦手な事が多く、そのため大人をいら立たせたり、大人が疲れきってしまう…等の特徴があります。また、大人が子どもの特性に対処できず、不適切な養育にな

りやすい…といった事も起こりやすいです。

少しでも「辛いな」「しんどいな」と感じたら、福祉サービス、親の会、療育機関等をうまく使うことや誰かの手に頼る事も必要ですね。



## ■R5年9月号



今月号のコラムでは「**不登校と虐待の関連性について**」をご紹介します。

不登校が発生する要因は様々ですが、不登校が発生すると、時にはネグレクト（養育放棄）という疑いの目で見られてしまったり、心配した人が児童相談所に連絡した…！という事例が時折みられます。しかし、不登校だからといってそれが必ず「虐待」に結びつくわけではないことに注意が必要です。

虐待も不登校も短期間で解決が難しい場合が多いですが、子ども達の「今」を大切にすることができる一番良い方法を考えていく事ができれば良いですね。



**家族や地域だけで解決できない・どうしても対応に困る！となった時は、外部の機関に相談することも必要です。**岡山県総合教育センター（0866-56-9115）や最寄りの児童相談所（189）でも相談できます。



## ■R5年 11 月号

昨年秋から産後パパ育休（出生時育児休業）が始まり1年が経過しました。全国的に、父親の育児参加が進んできています。矢掛町でも、お父さんが育児休暇を取得した。という声が段々と聞かれるようになりました。そのような中、

「育児、家事の大変さが身に染みて分かった！」

「妻と子どもと家族の事を沢山話す時間を持つことが出来た！」



という声がパパからも聞かれるようになりました。

反対にママからは「育休をとってくれたおかげで、安心できた。」「貴重な経験になった！」「育児の幸せな所や辛い所を共有できてよかった！」という意見も聞こえてくるようになりました。

毎日の仕事で忙しい中、パパが家事・育児・ママへのねぎらいやサポートまでする事はなかなか難しい時もあるかもしれません。そんな中で、つつい夫婦喧嘩になったり子どもに当たってしまう事があるかもしれません。

パパ育休以外の子育て支援も上手に利用しながら、子どもが笑顔で過ごす事ができるような雰囲気を作っていく事ができれば良いですね！





## ■R5年 12月号

今月号のコラムは「子どもの良いところ、どんなところ？」です。

子育てで行き詰ってしまうと、親の心には不安が広がり、ネガティブな気持ちになっていきがちです。悩んでいる時こそ、子どもの良いところを見て、そこに意識を向けてみませんか？「この子はこのままでいいんだ！」という気持ちが出てくれば、その気持ちは子どもにも伝わり、親だけでなく子どもの安定にも繋がります。

あっという間に今年が終わろうとしています。年末年始、お子さんの良いところ、可愛いところ、得意なところ、自慢できるところ…沢山の良いところを家族で話し合い、1年間の子育てを振り返ってみてくださいね。



## ■R6年 1月号

今月は「困った時に頼れる人を見つけよう」です！

子どもは不安やストレスを感じた時、泣いたり、じっと顔を見たり、近寄ったりと大人に色々なサインを出します。そのサインに大人が適切に応じることで、困った時に助けてくれる人がいると言う、信頼感・安心感を獲得していきます。

実は、この安心間の獲得は大人も同じで、普段から、子育てで困った時の対処法を獲得しておく、ぐっと気持ちが楽になる場合があります。家族、親戚、友達、信頼してきた先生、地域の仲間、保健師、地域の民生委員さん、かかりつけのお医者さんなどなど…まずは、**不安やストレスを感じた時に、周囲にSOSを発信してみましょう！**一度で解決できない時もあるかもしれませんが、SOSを出す事で誰かと繋がれる良いきっかけになる事があります。

子育ては毎日が未知との遭遇です。気軽に相談できる人を見つけて、日々の安心をゲットしてくださいね。



## ■R6年2月号

今月号は「イラッとした時の対処法」です。

あなたは子育ての中でどんな場面で怒ることが多いですか？

ゲームばかりして勉強しない、兄弟喧嘩ばかりしている、約束を守らない…などなど原因は様々かもしれませんが、怒りを感じた時「抑えきれずに怒ってしまう」「手をあげてしまう」という人はまずは「**6秒**」をやり過ごすということを意識してみてください。人の怒りのピークは長くて6秒であり、6秒待てば理性が働くといわれています。

イラッとした時、まずは6秒間数を数えたり、ゆっくり深呼吸したり、一旦その場を離れてみるのも有効かもしれません。子育て中はイラッとしてしまう事も多いかと思いますが、上手に気持ちを切り替えて、毎日ハッピーに過ごしましょう。



## ■R6年3月号



今月号のテーマは「子育ては24時間365日」です。

毎日子育てをしていると「こんなはずじゃなかった!」という事に沢山出会います。子どもの性格や年齢によっても、養育者の悩みは様々です。子供の成長を日々感じたり、楽しい出来事が沢山ある反面、「ワンオペ育児」なんて言葉があるように、ずっと子どもと一緒にいることで、密着しすぎて親子ともどもしんどさを抱えてしまう事もあるのではないのでしょうか。

イライラして子どもを怒ってしまった時や困った時、気軽に「助けて!」と言える相手を見つけたり、うまく気分転換する事で、小さな虐待の芽を摘むことができます。

「子育てなんて余裕だよ!」と本当に言える日が来るように、矢掛町では引き続き子育て支援に取り組んでいきたいと思えます!

